Schamanenstube Blatt



27.02.2017 Schweizer Schamanismus Zeitung CXXVII der Schamanenstube – Aktuelle Publikationen der Schamanenschule und Therapie-Praxis



Der Frühling ist immer zu schnell da. Sind Sie auf ihn vorbereitet?

Die Frühlings-Depression

Statistiken zeigen, die Selbstmordrate ist vor und während des Frühlings am höchsten. Gibt es Erklärungen für die emotionalen Zustände in dieser Jahreszeit, die Menschen niedergeschlagen und depressiv machen?

Planungen

Wir Menschen planen fast ständig. Am liebsten haben wir eine Kaffeemaschine, die morgens schon aufgewärmt darauf wartet, dass wir sie nur noch lieb drücken. Planen kann heissen, Reue zu vermeiden. Sich vorzubereiten kann heissen, Sicherheiten für die nähere oder fernere Zukunft zu bauen. Das funktioniert recht gut. Wir sind uns das Planen und Vorbereiten gewöhnt.
Die Quizfrage lautet nun: wie bereitet man sich auf den Frühling vor? Und wie bedroht er uns? Wir haben den natürlichen Prozess des Welkens der Natur im Herbst erlebt, sind tief eingeschneit in den Winter gerutscht und haben das alles für ganz normal betrachtet. Dieser nun folgende Wechsel passt nicht. Es geht nicht weiter runter. Neues wird entstehen. Damit kommen wir nicht klar. Daran sind wir nicht gewöhnt.

Der Frühling bringt Unsicherheit

Ganz langsam und lieber einfach im Vorbeigehen dreht man gegen Frühling die Heizung etwas zurück. Am Drehknopf kommt das Gefühl auf: werde ich noch warm genug haben? - Schneller als man es erwartet hat, wie ein Faustschlag ins Gesicht, spricht man über extrem kuriose Tage im Februar: mit 19 Grad Celsius haut einem die Natur die Zukunft schon um die Ohren. Man kann sich noch dagegen mit Rechtfertigung und Zweifel wehren. "Unglaublich so ein warmer Tag mitten im Winter, nicht?"

Der Frühling überrascht uns. Denn wir sind nicht auf Neues vorbereitet. Wir haben keinen Plan. Wir benötigen eine gewisse Zeit, uns an neue Dinge zu gewöhnen. Besonders bei positiver Veränderung wie der Wärme durch die Sonne, haben wir Probleme. Wenn noch nichts geplant ist oder man die Probleme durch den Winter durchgefüttert hat, ist es zu früh für eine weitere Zukunft.

Ideen gegen die Frühlings-Depression

- Frühjahrsputz
  Innerlich kann sich beim Putzen (nicht etwa beim Planen des Putzens) eine Stimmung formen: man kehrt den Dreck raus. Auf einmal ist Platz für neue Ideen. Das kann sich anfühlen, als ob ein neues Leben beginnt.
- Vertrauen
  Passiv sein können wir gut, wenn Negatives passiert: als Opfer. Bei der Wiederkehr der Sonne vertrauen wir aber nicht auf den kommenden Antrieb. Vielleicht brauchen wir dieses Mal etwas länger die Verwöhnung durch Sonnenstrahlen. Na und? - Geniessen wir unsere Langsamkeit und werden Opfer des Glücks.
- Zuversicht
  Die Natur macht es vor und wird uns mit dem Frühling mit verändern. Erst ist es kaum merklich doch irgendwann erinnern wir uns nur noch an die düsteren Zeiten des Winterwechsels. Das kommt alles gut. Besser sogar, wenn man sich dem Prozess der Natur hingibt und sie auf einen einwirken lässt.
- Betrügen
  An einem verlängerten Wochenende in die Sonne fliegen und wieder zurückkommen kann schockieren: man hat den Wechsel in den Frühling komplett vollzogen. Es war alles nur Schall und Rauch.

Ausbildungen Schamanismus Therapie

Integrieren Sie Ihre Erfahrung als Mensch in weiteres Lernen. Die Schamanenstube zeigt Ihnen persönliche Techniken in vielen Bereichen des Schamanismus:

Ausbildungen
- Lehrgänge
  - Schamanisches Reisen
  - Schamanenkraft
  - Natur-Schamanismus
  - Schamanismus-Therapie
- Kurse
- Ethik
- Preise

Der Einstieg beginnt mit dem schamanischen Reisen:

» Kurs schamanisches Reisen

Ab in die Berge

3.7.2017 – 7.7.2017

Lernen Sie das schamanische Reisen an einem Tag in den Bergen. Melden Sie sich bitte *hier*.

Schamanismus Blog

Der *Blog* der Schamanenstube liefert tiefe Einblicke für Mehr-Leser.

Trommelabend

Es wird wieder Trommelabende geben. Wir freuen uns auf gemeinsames Sein, Trommeln und die schamanischen Reisen. Mehr zu den Details werden wir in Kürze publizieren.

Visionssuchen 2017

- *Visionssuchen*
  3.7.2017 – 7.7.2017
  Die Visionssuchen 2017 finden wieder in Graubünden statt. Das *Schamanenfeuer* und die Schamanenstube laden zu einer lebensverändernden Zeit.



Die Halle der Runen-Karten

Einfaches Orakeln mit Runen in ihrer Kraftbewegung: die Sonderausgabe der Schamanenstube.

Zeitungsarchiv

Alle Ausgaben der Schamanismus Zeitung können gratis heruntergeladen werden:

· Therapie · Gefühle
· Praxis · Wahrnehmungen

Das Schamanenstuben Blatt

Die Schamanismus Zeitung

An- und Abmeldungen bitte per Mail an info@schamanenstube.com mitteilen. Die E-Mail Adressen werden nur für den Newsletter verwendet und nicht weiter gegeben.

Impressum

Schamanenstube
Bachtobelstrasse 6
9534 Gähwil, Schweiz
078 769 35 83
info@schamanenstube.com